

Pierwsze dni w przedszkolu

Wskazówki dla rodziców dotyczące procesu adaptacyjnego.



Jak przygotować dziecko do pójścia do przedszkola?

Drodzy Rodzice, pierwsze dni dzieci w naszym przedszkolu są coraz bliżej. Dbając o komfort Państwa oraz dzieci, przygotowałam kilka wskazówek, aby zwiększyć poczucie bezpieczeństwa u dzieci oraz wesprzeć Państwa w procesie adaptacyjnym.

Warto rozmawiać z dzieckiem o pójściu do przedszkola, opowiadać historie związane z przedszkolem, wyjaśnić co oznacza być przedszkolakiem oraz zapoznać dziecko z planem dnia przedszkola. Przed rozpoczęciem pobytu w naszej placówce, warto wybrać się na spacer w pobliżu przedszkola, wokół ogrodu, aby dziecko miało okazję zapoznać się z miejscem i zobaczyć zabawę dzieci. Wybierając się do sklepu po przedszkolną wyprawkę, można zaangażować w to dziecko, aby uczestniczyło w robieniu zakupów. Przydatnym może okazać się zakup lub wybór z domu ulubionej maskotki/zabawki/kocyka na pierwsze dni w przedszkolu. Podczas rozstania w przedszkolu zapewnimy dziecko, że je kochamy, oraz, że zawsze wrócimy. Poinformujmy, kto i kiedy odbierze dziecko z przedszkola. Najlepiej jeśli rozstania są krótkie, jeśli dziecko poczuje, że są Państwo pewni swojej decyzji poczuje się bezpiecznie. Zbyt długie rozstania i poczucie niepewności z naszej strony może zwiększyć poziom lęku u dziecka. W sytuacji, gdy pojawią się u Państwa wątpliwości proszę pamiętać, że najlepszym rozwiązaniem jest rozmowa z nauczycielami, którym można zaufać, bo są specjalistami w swojej dziedzinie.

1

POZYTYWNE NASTAWIENIE

- Zadbajmy o pozytywne nastawienie.
- Warto witać i żegnać dziecko z uśmiechem.
- Zapytajmy co ciekawego dzisiaj się wydarzyło.

2

OSWOJENIE I ZAPOZNANIE

- Rozmawiamy o pójściu do przedszkola.
- Zapoznajmy dziecko z przedszkolnymi zasadami.
- Ćwiczmy czynności samoobsługowe.

3

PRZESTRZEŃ DLA EMOCJI

- Dajmy przestrzeń na wyrażenie emocji- pamiętając, że wszystkie emocje są potrzebne, nawet złość i smutek.



Nie spieszmy się rano, dajmy dziecku czas na spokojne rozpoczęcie dnia w domu.



Odbierając dziecko z przedszkola warto wspomnieć, że są Państwo dumni ze swojego dziecka.



Po przedszkolu zadbajmy o możliwość uwolnienia napięcia po całym dniu, poprzez wspólną zabawę i rozmowę.